క్లుప్తంగా

దళిత, బహుజనులకు సమాన అవకాశాలివ్వండి

- ఎంపీ గొల్ల బాబూరావు



మాట్లాడుతున్న రాజ్యసభ సభ్యులు గొల్ల బాబూరావు

సీతంపేట: భారత రాజ్యాంగాన్ని పరిరక్షించుకోవాల్సిన బాధ్యత అందరిపై ఉందని రాజ్యసభ సభ్యుడు గొల్ల బాబూరావు అన్నారు. రామాటాకీస్ దరి అంబేడ్కర్ భవన్‌లో 'భారత రాజ్యాంగం, ప్రభుత్వ రంగ పరిశ్రమలు, రిజర్వేషన్లు' అనే అంశంపై అంబేడ్కర్ మెమోరియల్ సొసైటీ నిర్వహించిన సదస్సులో ఆయన మాట్లాడారు. రాజ్యాంగంలోని ప్రవేశికలో అన్ని రంగాల్లో సమాన అవకాశాలు కల్పించాలని ఉందన్నారు. దీని ప్రకారం ప్రభుత్వ రంగంతో పాటు ప్రైవేటు రంగంలోనూ దళిత, బహుజనులకు సమాన అవకాశాలు కల్పించాలని సూచించారు. సమాన అవకాశాలు అందరికీ లభించేలా తనతో కలిసొచ్చే ఎంపీలతో కలిసి పార్లమెంట్‌లో కృషి చేస్తానన్నారు. అంబేడ్కర్ భవన్ ప్రాంగణంలో నిర్మాణంలో ఉన్న అంబేడ్కర్ స్టడీ సర్కిల్‌కు ఎంపీ ల్యాండ్స్ నుంచి రూ.50లక్షలు కేటాయిస్తానని హామీ ఇచ్చారు. సొసైటీ అధ్యక్షుడు బొడ్డు కల్యాణరావు మాట్లాడుతూ రిజర్వేషన్లు నీరుగార్చడానికి అనేక ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయని ఆరోపించారు. ప్రధాన కార్యదర్శి జె.వి.ప్రభాకర్ మాట్లాడుతూ రాజ్యాంగంలోని ఆర్టికల్ 16(4) ప్రకారం రిజర్వేషన్లు అమలవుతున్నాయని, కానీ ప్రభుత్వ రంగ పరిశ్రమలను ప్రైవేటీకరించడం రాజ్యాంగ వ్యతిరేకమన్నారు. సొసైటీ గౌరవాధ్యక్షుడు డాక్టర్ జి.అర్జున, నాయకులు బయ్యే మల్లయ్య, ఐ.అనిల్‌కుమార్, వి.ఎస్.ఎస్.కుమార్, కె.రాంబాబు, వై.విజయకుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కనకమహాలక్ష్మికి సహస్ర తులసీదళార్చన



తులసీదళార్చనలో సిరులతల్లి

డాబాగార్డెన్స్: బురుజుపేటలో వెలసిన కనక మహాలక్ష్మి అమ్మవారి దేవస్థానంలో శనివారం సహస్ర తులసీదళార్చన నిర్వహించారు. ఉదయం 7 నుంచి 8 గంటల వరకు నిర్వహించిన ఈ పూజలో పలువురు ఉభయదాతలు పాల్గొన్నారు. అమ్మవారి త్రికాల పంచామృతాభిషేక సేవలో పలువురు ఉభయదాతలు పాల్గొన్నారు. సహస్ర తులసీదళార్చనలో పాల్గొనదలిచే భక్తులు రూ.1,500, త్రికాల పంచామృతాభిషేక సేవలో పాల్గొనే భక్తులు రూ.1,000 పూజా రుసుం చెల్లించి పాల్గొనవచ్చని ఆలయ ఈవో కె. శోభారాణి తెలిపారు. కార్యక్రమంలో ఏఈవో కె. తిరుమలేశ్వరరావు, సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ట్రూఅప్ చార్జీల పేరిట ప్రజలపై భారం మోపొద్దు

అల్లిపురం: విద్యుత్ చార్జీలు పెంచి, స్మార్ట్ మీటర్లు ఏర్పాటు చేసి, ట్రూఅప్ చార్జీల పేరుతో ప్రజలపై భారం మోపొద్దని సీపీఐ జిల్లా కార్యదర్శి మరుపల్లి పైడిరాజు రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని ఒక ప్రకటనలో డిమాండ్ చేశారు. గత ప్రభుత్వం కూడా 8 సార్లు విద్యుత్ చార్జీలు పెంచిందన్నారు. కూటమి ప్రభుత్వం కూడా కేంద్ర ప్రభుత్వానికి తలొగ్గి స్మార్ట్ మీటర్లు ఏర్పాటు చేయడం ద్వారా రూ.17 వేల కోట్లు అదనంగా భారం వేయడానికి సిద్ధపడిందన్నారు. ఇది కాకుండా ట్రూ అప్ చార్జీలు, ఇంధన చార్జీలు పెంచితే ప్రజలు ఇబ్బందులు పడతారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. తక్షణమే పెంచిన విద్యుత్ చార్జీలు రద్దు చేయాలని, స్మార్ట్ మీటర్ల ఏర్పాటును ఉపసంహరించుకోవాలని ఆయన కోరారు. అలాకాని పక్షంలో మరో విద్యుత్ ఉద్యమం తప్పదని ఆయన హెచ్చరించారు.

ఆహ్లాదం.. ఆరోగ్యం

మారుతోన్న పనివేళలు, రోజూ ఒకే ప్రాంతంలో ఉండకపోవడం వంటి కారణాలతో వ్యాయామానికి చాలామంది దూరమవుతుంటారు. సాధారణంగా కసరత్తులు చేయడానికి ఉదయం లేదా సాయంత్రం అనువుగా ఉంటుందని అందరూ భావిస్తుంటారు. ఇప్పుడు అటువంటి ప్రత్యేక ఏర్పాట్లు లేకుండానే ఆరోగ్యవంతమైన శరీరాన్ని పొందే నూతన సంస్కృతిని పలువురు పాటిస్తున్నారు. అధిక బరువు, శరీర బడలిక, బద్ధకాన్ని వదిలించుకునేందుకు సమయం, స్థలంతో సంబంధం లేకుండా కొద్దిపాటి ప్రక్రియలు ఆచరిస్తున్నారు. రోజంతా కార్యాలయాల్లో, వ్యాపార సంబంధమైన పనుల్లో తీరిక లేకుండా గడుపుతున్నవారు సైతం విరామ సమయంలో దగ్గర్లోని పార్కులు, మైదానాల్లో సులువైన విధానాల ద్వారా వాయామం చేయాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

- చిన్నపాటి వ్యాయామ క్రియలతో బడలిక దూరం
- ఆచరిస్తున్న ఉద్యోగులు, యువత
- ఆరోగ్యంపై ప్రజల్లో పెరిగిన అవగాహన



సరస్వతీ పార్కులో వాకర్ల వాకింగ్

అల్లిపురం: నియోజకవర్గంలో సరస్వతీ పార్కు, ఆర్టీసీ కాంప్లెక్స్ దరి వైఎస్సార్ పార్క్, బీచ్‌రోడ్డుతో పాటు నగరపాలక సంస్థ పార్కుల్లో జిమ్ ఎక్విప్‌మెంట్ ఏర్పాటు చేశారు. ప్రజలు వీటిని విస్తృతంగా వినియోగించుకుంటున్నారు. ఆరోగ్యం పట్ల అవగాహన పెరిగింది. వేల మంది రెండు పూటల్లో తమకు అనువైన సమయంలో పార్కులకు వెళ్లి కసరత్తులు చేస్తుంటారు. అలాంటి వారు వేరే ప్రాంతాలకు వెళ్లాల్సి వచ్చినప్పుడు, తీరిక లేని పనులున్నప్పుడు ఒక్కోసారి రోజుల తరబడి సాధన చేసే వెసులుబాటు దొరకదు. అలాగే ఆరోగ్యంగా ఉండాలని, తీరైన ఆకృతి సొంతమవ్వాలని ఆశించేవారు చాలా మంది ఉన్నా జిమ్‌కు వెళ్లే తీరిక ఉండదు. ఇలా వేర్వేరు కారణాల వల్ల నగరంలోని పలువురు యువత, ఉద్యోగులు, మధ్య వయస్కులు వ్యాయామానికి దూరంగా ఉంటుంటారు. వ్యాయామం అంటే తెల్లవారు జామున, సాయంత్రం వేళల్లోనే చేయాలని, అందుకు ప్రత్యేక దుస్తులు తప్పనిసరని అనుకోకూడదు. అవి చేస్తున్నప్పుడు ఎండ ప్రభావం, డీహైడ్రేషన్ లేకుండా జాగ్రత్త పడితే చాలు. ఆఫీసు, కార్ పార్కింగ్, ఉద్యానవనం, ఇతర ఖాళీ ప్రదేశాల్లో ఉదయం నుంచి సాయంత్రం మధ్యలో ఎప్పుడైనా చేయొచ్చు అని వ్యక్తిగత శారీరక శిక్షకులు ఎస్.రవికుమార్ చెబుతున్నారు. నిగ్రహంతో ఆ విధానాలను ఆచరిస్తే పని భారంతో పాటు శారీరక బడలికతో నీరసించిపోతున్న వారికి ఉపశమనం లభిస్తుంది. రెట్టించిన ఉత్సాహంతో పని చేయగలరు. ప్రత్యేకమైన షూ ఉండాల్సిన అవసరం లేదు. పాదరక్షలు లేకుండా మైదానం, గతుకుల దారిపై రోజూ కొంత సమయం నడవడం వల్ల అరికాళ్లలో రక్తప్రసరణ మెరుగవుతుంది అని శిక్షకులు చెబుతున్నారు. ఇలా తీరిక సమయంలో శరీరం మొత్తాన్ని కదిలించి కేలరీలు, కొవ్వును దూరం చేసేకునేందుకు ఉపయోగపడుతున్న నయా ఒరవడికి మంచి ఆదరణ లభిస్తోందని శిక్షకులు చెబుతున్నారు.



ఉత్సాహంగా వ్యాయామం

కొవ్వు పదార్థాలు తగ్గించాలి..

కేవలం వ్యాయామంతోనే ఆరోగ్యం సిద్ధించదు. ఆహారంలో కొవ్వు, నూనె పదార్థాలను పరిమితం చేసుకోవాలి. రోడ్ల పక్కన నోరూరించే అధిక కార్బోహైడ్రేట్లు ఉన్న పదార్థాలు తీసుకోకూడదు.

బర్పీస్ (దండీ)లు సులభమే..

అనేక మంది అనుసరిస్తున్న సులభమైన వ్యాయామంలో దండీలు ఒకటి. శరీరంలోని అన్ని అవయవాలు ప్రభావితమవుతాయి. వీటిని రోజులో 25 నుంచి 30 సార్లు సాధన చేస్తే మంచిది. ప్రారంభంలో ఐదుసార్లు చేస్తే సరిపోతుందని శిక్షకులు సూచిస్తున్నారు.

భుజం తిప్పడం..

ఖాళీ సమయంలో రెండు భుజాలను కాసేపు ఒకే దిశలో, మరి కొంత సమయం వ్యతిరేక దిశలో తిప్పితే కండరాలు గట్టిపడతాయి. భుజంతో పాటు తల, చేతులు, నడుము వేర్వేరు భంగిమల్లో కదిలించాలి. వెన్నుపూస, నడుముకు కనీస శ్రమ కల్పించడం వల్ల ఆ భాగాల్లోని కొవ్వు కొంత మేర తగ్గుతుంది.

రక్తప్రసరణ మెరుగు..

చాలా మందికి పక్కటెముకుల కింద భాగంలో కొవ్వు పేరుకుపోయి ఉంటుంది. అలాంటి వారు వీలున్నప్పుడల్లా కాళ్లను రెండు అడుగుల దూరంలో ఉంచి, చేతుల్ని రెండు భుజాలకు సమాంతరంగా చాచి అటు, ఇటూ వంగుతూ పాదాలను తాకే ప్రయత్నం చేయాలి. దాని వల్ల నడుమ భాగంలోని కొవ్వు తగ్గుతుంది. వెన్నుపూస భాగంలో రక్తప్రసరణ మెరుగవుతుంది.

- రెండు అరచేతుల్ని నమస్తే స్థితిలో కలిపి ఉంచాలి. కదలిక కనిపించకుండా ఒక దానిపై మరొక చేతిని బలంగా ప్రయోగించాలి. ఇలా ఒత్తిడి పెంచడం వల్ల రెండు చేతులకూ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది.
- మడమలను పైకి ఎత్తి కాలి వేళ్లపై నడవడం వల్ల పిక్క కండరాలు బలపడటం జరుగుతుంది. ఈ కసరత్తును రోజూ 8 నుంచి 10 సార్లు చేయడం మంచిది.
- శారీరకంగా ధృఢంగా ఉండాలంటే రోజులో కనీసం 20 నుంచి 30 నిమిషాలు పరుగు, నడక కలిపి సాధన చేస్తే చాలు. నిర్విరామంగా, వేగంగా పరిగెత్తాల్సిన అవసరం లేదు. కార్యాలయ పరిసరాల్లో ఐదు నిమిషాల నడక, మరో 5 నిమిషాలు వేగంగా నడవడం చేయొచ్చు. దీని వలన రక్తప్రసరణ మెరుగవుతుంది.



సరస్వతీ పార్కులో వ్యాయామం చేస్తున్న వాకర్లు



ఆరోగ్యం కోసం ఎక్సర్‌సైజ్

రోజంతా ఉల్లాసం..



ఉదయాన్నే వ్యాయామం, వాకింగ్ చేయటం వల్ల మన పనులు సునాయాసంగా చేసుకోగలుగుతాం. నాకు ప్రతి రోజు వ్యాయామం చేయడం అలవాటు. ప్రతి రోజు సరస్వతి పార్కుకు వచ్చి వ్యాయామం చేయటం వల్ల స్నేహితులతో కొద్దిసేపు గడపవచ్చు. బాడీకి వ్యాయామంతో పాటు మనసుకు ప్రశాంతత, రోజంతా ఉల్లాసంగా గడపవచ్చు.

– టి.జగదీష్, న్యాయవాది

నడక ఆరోగ్యానికి మంచిది..



నడక ఆరోగ్యానికి మంచిది. ముఖ్యంగా 60 సంవత్సరాలు దాటిన వారికి నడక ఒక బూస్టప్ అని చెప్పవచ్చు. ఉదయాన్నే నడక వల్ల రోజంతా కూడా ముఖ్యంగా మాలాంటి వారికి ఇది ఒక హెల్త్ డ్రింక్ తీసుకున్నట్లే. నడకతో పాటు స్నేహితులు, సన్నిహితులతో ఉదయాన్నే గడపటంతో రోజంతా ప్రశాంతంగా ఉండవచ్చు.

– పి.అప్పారావు, విశ్రాంత ఉద్యోగి, మెడికల్ అండ్ హెల్త్ డిపార్ట్‌మెంట్

వ్యాయామంతో హుషారు..



ఉదయాన్నే నిద్రలేచి చల్లటి గాలిలో బయటికి వస్తే చాలా మంచిది. పొల్యూషన్ లేని చక్కటి వాతావరణంలో నడిస్తే ఆరోగ్యానికి మంచిది. ప్రతి రోజు తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం వల్ల ఆ రోజంతా హుషారుగా ఉండొచ్చు. వ్యాయామానికి తప్పనిసరిగా కొంత సమయం కేటాయించాలి.

– ఎం.రమేష్, హోల్‌సేల్ కిరాణా మర్చంట్

యువతకు వ్యాయామం అవసరం..



యువతకు వ్యాయామం చాలా అవసరం. ఉదయాన్నే వ్యాయామం చేయడం వల్ల ఫిట్‌గా ఉంటాం. ఈ వయస్సులో కష్టపడితే ఆరోగ్యం మన చేతుల్లోనే ఉంటుంది. ఉదయాన్నే వ్యాయామం చేయటం వలన రోజంతా అలసట లేకుండా గడపవచ్చు. నడక, రన్నింగ్ ఇలా ఏది చేయగలిగితే అది చేయడం వల్ల ఆరోగ్యం, చురుగ్గా ఉండవచ్చు.

– ఆర్.గురుస్వామి, వాకర్

ప్రశాంతతకు నడక మంచిది..



రోజంతా ప్రశాంతంగా గడపాలంటే ఉదయాన్నే వాకింగ్ చేయడం మంచిది. ఒక గంట వాకింగ్ చేసి, మరో అరగంట స్నేహితులతో సరదాగా గడిపితే ఆ రోజు మనకు ఉత్సాహంగా గడుస్తుంది. నేను రాజకీయాల్లో యాక్టివ్‌గా ఉంటాను. ఉదయం ఒక గంట నడక నాకు రోజంతా అలసట రాకుండా చేస్తుంది. వ్యాయామం అంటేనే ఉల్లాసం.. ఉత్సాహం.

– లింగం శ్రీనివాసరావు, పొలిటీషియన్

మానవ అక్రమ రవాణాను అరికడదాం



ర్యాలీ నిర్వహిస్తున్న స్వచ్ఛంద సంస్థల సభ్యులు

డాబాగార్డెన్స్: మానవ వనరులను సద్వినియోగం చేసుకోవాలే తప్ప, మనిషిని అక్రమంగా రవాణా చేసే విధానాన్ని అరికట్టేందుకు ప్రతి ఒక్కరు కృషి చేయాలని వివిధ స్వచ్ఛంద సంస్థల ప్రతినిధులు పిలుపునిచ్చారు. ఆస్ట్రేలియా ఏ–21, ది మూమెంట్ ఆఫ్ ఇండియా ముంబాయి సహకారంతో గ్రామజ్యోతి సొసైటీ, ఇందిరా ప్రియదర్శిని అసోసియేషన్, కేవీఆర్ ఫౌండేషన్ సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో నగరంలోని ఏవీఎన్ కళాశాల ఆవరణలో శనివారం ర్యాలీ, అవగాహన సదస్సు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయా సంస్థల ప్రతినిధులు కె. ఇందిరా ప్రియదర్శిని, కె. శాంతిస్వరూప్, కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ ఎం. సింహాద్రినాయుడు మాట్లాడుతూ బానిసత్వం వైపు మనిషిని నడిపించే సంస్కృతి విడనాడాలని, స్వేచ్ఛాయుత జీవనం సాగించేందుకు, హక్కుల పరిరక్షణకు పౌర సమాజం పూర్తిగా సహకరించాలన్నారు. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా వస్తు మార్పిడి తరహాలోనే మనిషిలో అవయవాల దోపిడీ, బలవంతపు వివాహాలు, గృహ నిర్బంధం, మహిళలు, చిన్న పిల్లల పట్ల అమానుషంగా వ్యవహరిస్తున్న తీరు తెన్నులపై ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. కార్యక్రమంలో కళాశాల వైస్ ప్రిన్సిపాల్ కృష్ణకుమారి, పైడి రజని, స్వరాజ్యలక్ష్మి, వనిత తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విద్యార్థులకు వినూత్న పోటీ



మాట్లాడుతున్న పైడా కృష్ణప్రసాద్

డాబాగార్డెన్స్: విద్యతో పాటు సృజనాత్మక అంశాల్లో విద్యార్థులు పోటీ పడడం అభినందనీయమని రోటరీ క్లబ్ వైజాగ్ కపుల్స్ అధ్యక్షుడు ధర్మేందర్, యూతన్ సర్వీసెస్ డైరెక్టర్లు ఆశా జాస్తి, కరుణ, పైడా విద్యా సంస్థల అధినేత పైడా కృష్ణప్రసాద్ పేర్కొన్నారు. ప్రపంచ చెఫ్ దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని శనివారం ఓ హోటల్లో రోటరీ క్లబ్ వైజాగ్ కపుల్స్ యూత్ సర్వీసెస్, సన్ ఇంటర్నేషనల్ సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో వివిధ పాఠశాలలకు చెందిన విద్యార్థులకు 'స్వచ్ఛమైన ఆహారం.. సంతోషకర సందర్భం'అనే అంశంపై వినూత్నంగా పోటీలు నిర్వహించారు. కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న వారు మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు వారి ఇళ్లల్లో తమకు నచ్చే విధంగా చేసిన వంటలను కళాత్మకంగా ఇక్కడ ప్రదర్శించిన తీరు బాగుందన్నారు. ప్రపంచ చెఫ్ దినోత్సవాన్ని నేటి తరానికి తెలియజేయడం ముఖ్య అంశంగా పేర్కొన్నారు. సుమారు 125 మంది విద్యార్థులు పాల్గొని తమ ప్రతిభ ప్రదర్శించడం సంతోషకరమన్నారు. కార్యక్రమంలో శ్రావణి, కరుణ, జయ, జ్యోతి, డాలీ, రాధిక, రజని, సహిదా, శ్రీనివాసరావు, వివిధ పాఠశాలలకు చెందిన విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వర్షాల నేపథ్యంలో అప్రమత్తంగా ఉండాలి



మాట్లాడుతున్న జెడ్సీ మల్లయ్యనాయుడు

జగదాంబ: రానున్న వర్షాల నేపథ్యంలో సిబ్బంది అప్రమత్తంగా ఉండాలని జీవీఎంసీ జోన్–4 కమిషనర్ మల్లయ్యనాయుడు అన్నారు. శనివారం సిబ్బందితో సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు. జోన్ పరిధిలో ఉన్న గెడ్డలు, కాలువలు పూడికలు తీసి నీటి ప్రవాహానికి అడ్డు లేకుండా చూడాలన్నారు. ఇందుకు జేసీబీ, బాబ్‌కట్ వంటి వాహనాలు ఏర్పాటు చేయాలన్నారు. వర్షాల నేపథ్యంలో సచివాలయ సెక్రటరీ 24 గంటలు అందుబాటులో ఉండాలన్నారు. ఈ సమావేశంలో ఇంజినీరింగ్ ఈఈ మురళీకృష్ణ, ఏఎంహెచ్‌వో కృష్ణంరాజు, వాటర్ సప్లయ్, యూజీడీ అధికారులు, శానిటరీ ఇన్‌స్పెక్టర్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆస్తి పన్ను వసూలు చేయాలి..

సచివాలయాల వారీగా రెవెన్యూ వసూల్ పూర్తి చేయాలని జెడ్సీ ఎం.మల్లయ్యనాయుడు అన్నారు. శనివారం ఆయన సూర్యాబాగ్ జోనల్ కార్యాలయంలో రెవెన్యూ అధికారులు, సెక్రటరీలు, ట్యాక్స్ కలెక్టర్లతో సమావేశం నిర్వహించారు. వార్డుల్లో ఆస్తి, నీటి పన్ను వసూలు చేయాలన్నారు. మొండి బకాయిదారులకు నోటీలు జారీ చేయాలన్నారు. గతంలో చెక్కులు ఇచ్చి ఇప్పటికీ పన్ను చెల్లించని వారిపై కేసులు నమోదు చేయాలన్నారు. ఈ కార్యక్రమంతో ఆర్‌వోలు, ఆర్ఐలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కూటమి ప్రభుత్వాన్ని తూర్పారబట్టిన దేవిశ్రీ



గీతాలు ఆలపిస్తున్న దేవిశ్రీ

సీతమ్మధార: చంద్రబాబు గారు.. వింటారా ఉత్తరాంధ్ర గోడు.. మా బాధను అసెంబ్లీలో ఎప్పుడు అడుగుతారు అంటూ ప్రజాగాయకుడు దేవిశ్రీ తాజాగా కూటమి ప్రభుత్వాన్ని తూర్పారబట్టారు. ఆయన ఆలపించిన గీతం శనివారం సోషల్ మీడియా ద్వారా వైరల్ అయింది. ఉత్తరాంధ్ర, రాయలసీమ వెనుకబడలేదా, శ్రీకృష్ణ కమిటీ చెప్పింది గుర్తులేదా, ఉద్దానం ప్రజలు ఊపిరి పోతుంటే ఉపాధి లేక మన గుంటలు వలస పోతుంటే, వైద్యమందక గిరిజనులు అల్లాడుతుంటే జనం గోడు పట్టకుంటే పదవులు ఎందుకంట అని దేవిశ్రీ సూటిగా ప్రశ్నించారు.

అన్నసమారాధనకు రూ.15 వేలు విరాళం



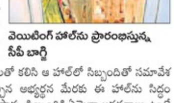
విరాళం అందజేస్తున్న వాసుపల్లి గణేష్‌కుమార్

డాబాగార్డెన్స్: జీవీఎంసీ 39వ వార్డు చిలకపేటలో నిర్వహిస్తున్న దుర్గాదేవి నవరాత్రి మహోత్సవాల్లో భాగంగా నిర్వహించే అన్నసమారాధనకు మాజీ ఎమ్మెల్యే, వైఎస్సార్‌సీపీ నియోజకవర్గ సమన్వయకర్త వాసుపల్లి గణేష్‌కుమార్ రూ.15 వేల విరాళం శనివారం అందజేశారు. ఆశీల్‌మెట్ట అశోక్‌నగర్‌లో గల తన కార్యాలయంలో ఆ విరాళాన్ని పార్టీ నియోజకవర్గ మైనార్టీ అధ్యక్షుడు ముజీబ్‌ఖాన్ సమక్షంలో చిలకపేటలో ఏర్పాటు చేసిన దేవీ శరన్నవరాత్రి నిర్వాహకులకు అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా వాసుపల్లి మాట్లాడుతూ చిలకపేట యువకులు, మహిళలు కలిసి నిర్వహిస్తున్న ఈ ఉత్సవాలు అంబరాన్నంటాయన్నారు. కార్యక్రమంలో కమిటీ సభ్యులు ఆదినారాయణ, ఆదిలక్ష్మి, రాజేష్, ధనరాజు, అప్పలరాజు, గంగిరి నూకరాజు, వైఎస్సార్‌సీపీ నాయకుడు గనగళ్ల రామారాజు, కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

21న తాగునీటికి అంతరాయం

డాబాగార్డెన్స్: ఈ నెల 21న జోన్–3 పరిధిలోని పలు ప్రాంతాల్లో తాగునీటికి అంతరాయం కలగనుందని జీవీఎంసీ మంచినీటి సరఫరా విభాగం కార్యనిర్వాహక ఇంజినీరు శ్రీనివాస్ ప్రసాద్ ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. జీవీఎంసీ టీఎస్సార్ నుంచి హైలెవెల్ రిజర్వాయర్‌కు వచ్చే ప్రధాన పంపింగ్ మెయిన్‌లైన్ మంచి నీటి సరఫరా చేసే పైపులైన్ మరమ్మతులకు గురైన కారణంగా ఈ నెల 21 (సోమవారం) జోన్ పరిధి 22వ వార్డులో టైమ్స్ ఆఫ్ ఇండియా, సిద్దార్థనగర్, 24వ వార్డు పాత రేసపువానిపాలెం, వినాయకనగర్, తులసీపేట, స్వర్ణభారతి ఇండోర్ స్టేడియం ఏరియా, 27వ వార్డులో అశోక్‌నగర్, రామాటాకీస్ రోడ్డు, శ్రీనగర్, బుద్ధిల్‌పార్క్ రోడ్డు, రెడ్డి ఆస్పత్రి రోడ్డు, శ్రీనగర్ సాయిబాబా టెంపుల్ రోడ్డు, ద్వారకానగర్ రోడ్డు నెంబరు 1 నుంచి 6 లైన్ల వరకు, అమర్‌నగర్ చర్చి రోడ్డు, సీబీఎం కాంపౌండ్, రామాటాకీస్ లేడీస్ గేట్ రోడ్డు తదితర ప్రాంతాల్లో తాగునీటికి అంతరాయం ఏర్పడనుందని, ట్యాంకర్ల ద్వారా మంచి నీటి సరఫరా జరుగుతుందన్నారు. ప్రజలు సహకరించాలని కోరారు.

పోలీస్ మెన్ వెయిటింగ్ హాలు ప్రారంభం



వెయిటింగ్ హాల్‌ను ప్రారంభిస్తున్న సీపీ బాగ్చీ

విశాఖ సిటీ: నగర ఆర్మ్‌డ్ రిజర్వ్ ఆవరణలో నూతనంగా నిర్మించిన పోలీస్ మెన్ వెయిటింగ్ హాల్‌ను నగర పోలీస్ కమిషనర్ డాక్టర్ శంఖబ్రత బాగ్చి శనివారం ప్రారంభించారు. హాల్ పరిసర ప్రాంతాలు పరిశుభ్రంగా ఉంచాలని, సీసీ కెమెరాలు ఏర్పాటు చేయాలని, లైటింగ్ పెంచాలని అధికారులను ఆదేశించారు. అనంతరం పోలీసు ఉన్నతాధికారులతో కలిసి ఆ హాల్‌లో సిబ్బందితో సమావేశమయ్యారు. సిబ్బంది నుంచి వచ్చిన అభ్యర్థన మేరకు ఈ హాల్‌ను సిద్ధం చేయాలనే ఆలోచన వచ్చిందని తెలిపారు. సిబ్బందికి ఏమైనా అవసరాలు ఉంటే 7995095799 నెంబర్ ద్వారా తెలియజేయాలని సూచించారు. సిబ్బందికి అవసరమైనప్పుడు సెలవులు ఇవ్వాలని అధికారులకు చెప్పారు. అలా ఇవ్వకుంటే సిబ్బంది నేరుగా తనకు తెలియజేయవచ్చన్నారు. అలాగే ఎక్కువ వయస్సు ఉన్న వారికి హెడ్‌క్వార్టర్స్‌కు సమీపంలో విధులు వేయాలన్నారు. అనంతరం హాల్ నిర్మాణంలో భాగమైన సిబ్బందిని సత్కరించి అభినందించారు.

విద్యార్థులు మొబైల్ ఫోన్లకు దూరంగా ఉండండి

- జిల్లా సివిల్ జడ్జి వెంకట శేషమ్మ



మధ్యాహ్న భోజనాన్ని రుచి చూస్తున్న జిల్లా సివిల్ జడ్జి వెంకట శేషమ్మ



జీవీఎంసీ ప్రకాశరావుపేట పాఠశాలను సందర్శించిన సీనియర్ సివిల్ జడ్జి వెంకట శేషమ్మ

అల్లిపురం: విద్యార్థులు మొబైల్ ఫోన్లకు దూరంగా ఉండాలని, తద్వారా పరీక్షల్లో మంచి మార్కులు సాధించవచ్చని జిల్లా సివిల్ జడ్జి, జిల్లా న్యాయ సేవాధికార సంస్థ కార్యదర్శి ఎం.వెంకట శేషమ్మ అన్నారు. శనివారం ఆమె మహాత్మాగాంధీ మున్సిపల్ హై స్కూల్‌ను సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె విద్యార్థులతో మాట్లాడుతూ పోక్సో చట్టం విధి విధానాలను వివరించారు. ఆడపిల్లలు తగు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలన్నారు. బాల్య వివాహాలు అరికట్టాలని కోరారు. మత్తు పదార్థాల వల్ల కలిగే నష్టాలను వివరించారు. అనంతరం ఆమె పాఠశాలలో మధ్యాహ్న భోజన పథకం అమలును పరిశీలించారు. రుచి చూసి బాగుందన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండల విద్యాధికారి పుష్పరాగం, పాఠశాల ఇన్‌చార్జి ప్రధానోపాధ్యాయులు వి.శివజ్యోతి, ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జీవీఎంసీ ప్రకాశరావుపేట పాఠశాలలో..

డాబాగార్డెన్స్: సీనియర్ సివిల్ జడ్జి, డిస్ట్రిక్ట్ లీగల్ సర్వీస్ అథారిటీ సెక్రటరీ ఎం. వెంకట శేషమ్మ శనివారం జీవీఎంసీ ప్రకాశరావుపేట పాఠశాలను సందర్శించారు. మధ్యాహ్న భోజనాన్ని పరిశీలించారు. పిల్లలు చక్కగా భోజనం చేయాలని సూచించారు. అనంతరం పోక్సో చట్టం గురించి వివరించారు. బాల్య వివాహాల వల్ల కలిగే అనర్థాల గురించి వివరించారు. మత్తు పదార్థాలు, గంజాయి వల్ల కలిగే అనర్థాల గురించి తెలిపారు. సెల్‌ఫోన్ వినియోగంతో వచ్చే నష్టాల గురించి వివరించారు. సెల్‌ఫోన్‌కు విద్యార్థులు దూరంగా ఉండాలని సూచించారు. కార్యక్రమంలో పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయుడు కె. శ్రీనివాసరావు, పలువురు ఉపాధ్యాయులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఈస్ట్ ఏసీపీ కార్యాలయాన్ని సందర్శించిన సీపీ



ఈస్ట్ ఏసీపీ కార్యాలయాన్ని తనిఖీ చేస్తున్న నగర పోలీస్ కమిషనర్ డాక్టర్ శంఖబ్రత బాగ్చీ

అల్లిపురం: ఈస్ట్ సబ్ డివిజన్ ఏసీపీ కార్యాలయాన్ని నగర పోలీస్ కమిషనర్ డాక్టర్ శంఖబ్రత బాగ్చి శుక్రవారం అర్ధరాత్రి సందర్శించారు. నగరంలో శాంతిభద్రతలు అదుపులో ఉంచుతూ నగరం మొత్తం ప్రశాంతంగా ఉండేలా ప్రతి రోజు నగరంలో పలు లా అండ్ ఆర్డర్, క్రైం పోలీసు స్టేషన్లను కమిషనర్ సందర్శిస్తున్న సంగతి తెలిసిందే. దీంట్లో భాగంగా ఆయన ఈస్ట్ ఏసీపీ కార్యాలయాన్ని సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన ఈస్ట్ సబ్ డివిజన్ పరిధిలో సమస్యలు, కేసు రికార్డులు పరిశీలించారు. అధికారులు, సిబ్బంది సమస్యలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. సిబ్బంది విధులను సమీక్షించారు. పలు సమస్యలపై అధికారులకు ఆదేశాలను జారీ చేశారు.